

# 美保関公民館たより

〒690-1313 松江市美保関町下宇部尾 556-1 TEL 0852-72-3624 FAX 0852-72-2321

E-mail m-kyo@mable.ne.jp

公民館環境福祉部・健康まつえ 21 美保関推進隊 共催

## 健康福祉講座『元気あつぷ講座』参加者募集!!

テーマ：  
フレイル（虚弱状態）予防

第3回 11月11日（木）10:00～11:30 「元気に過ごすための食生活について」

講師：管理栄養士 伊藤孝子さん

場所 美保関公民館 定員 残り5名 参加費 無料

申込み 美保関公民館 TEL72-3624 まで

どなたでも  
ご参加  
出来ます!



公民館文化部主催

## もしもの時に役立つ「終活支援ノート」活用講座

皆さんは、「終活」という言葉をご存じでしょうか。「終活」とは、「人生の終わりのための活動」の略で、人生の最期を迎えるための様々な準備や、そこに向けた人生の総括を意味する言葉です。

終活支援ノートは“もしもの時”に伝えたいことや、残された人にとって必要なことをまとめておくためのものです。まだ先のこと…と思われるかもしれませんが“もしもの時”は思いがけずやってきます。

今回の講座では、松江市が作成している「終活支援ノート」の活用について教えていただきます。この講座をきっかけに、「終活」について考えてみませんか。

日時：11月30日（火）10:00～11:30

場所：美保関公民館

講師：松江市社会福祉協議会 在宅医療介護連携支援センター 角 知子 さん

申込み：11月22日（月）までに美保関公民館（☎72-3624）へお申込みください。

## 美保関体育協会 健康出前講座のお知らせ 「リンパマッサージとストレッチ体操」

◇日時：11月12日（金）19:00～20:30

◇会場：美保関文化交流館

◇参加費：無料

◇講師：AFAA 認定インストラクター 米田直美さん

☆運動のできる服装でお出かけください。

☆タオル・水分補給の飲み物をご持参ください。（問合せ：美保関公民館 ☎72-3624）



※美保関公民館の主催・共催事業等で撮影した写真を広報誌・ホームページ等で使用させていただく場合がございますのでご了承ください。



公民館ホームページのお知らせ



公民館からの「お知らせ」や「最近の活動」などを掲載しています。公民館たよりもご覧になれます。

◎右記のQRコードを読み込むか、インターネットで [美保関公民館](#) とご検索ください。



# 赤い羽根共同募金のお願い ～令和3年12月31日（金）まで

美保関公民館では、「ピンバッチ・マスク募金」を始めました。

500円以上の募金をしていただいた方に、募金の御礼としてピンバッチかマスクを1個差し上げます。

皆様のご協力をよろしくお願ひします。

【美保関地区社会福祉協議会】

しまねっこピンバッチ



ガタピシ&しまねっこマスク

※11月初旬入荷予定

## 令和3年度 高齢者の交通事故防止運動

～11月1日（月）から11月21日（日）までの21日間～

秋口から年末にかけて夕暮れ時や夜間に交通事故が多発する傾向にあります。

外出する場合は、『明るい服装』『反射材』の着用、『懐中電灯』の携行をお願いします。

運動の重点

- 高齢運転者の交通事故防止
- 高齢歩行者の安全確保
- 横断歩行者の保護と早めのライト点灯（11月の点灯目安時間は午後4時30分）



【美保関地区交通安全協会・松江市美保関地区交通安全対策協議会】

## <松江市総合計画に関する タウンミーティングの開催>

松江市では、今後8年間のまちづくりの指針となる次期総合計画の策定を進めています。松江を目指す将来像やその実現に向けて大切にしたい考え方などについて、広く市民の皆さんのご意見をお聞きするための地区別意見交換会を開催します。中学生以上のどなたでも参加いただけます。気軽にご参加ください！

詳しくは、全戸回覧のチラシをご覧ください。  
※松江市HPにも掲載しています。

（松東ブロック）

日程 令和3年11月27日（土）

14：00～16：00

会場 美保関公民館

定員 30名 先着順

申込締切 11月18日（木）

問合せ先 松江市政策部 政策企画課

電話：55-5173 FAX：55-5535

E-mail：seisaku@city.matsue.lg.jp

ご自宅から  
確定申告

申告書の作成・送信は

国税庁ホームページから！



確定申告書等作成コーナーなら自宅でいつでも申告

▶ 書き方や計算が分からない・・・

画面の案内に沿って入力すれば税額まで**自動計算**

▶ マイナンバーカードとスマホで**e-Tax**



確定申告



松江税務署 Tel.0852-21-7711(代表)

松江水燈路 手作り行燈コンテスト  
受賞おめでとうございます！

☆ジュニアの部：内原智史賞（準グランプリ） 佐藤花音さん  
（美保関小6年）  
☆一般の部：優秀賞 船越楓葉さん



今年も「松江水燈路」は中止となってしまいましたが、2人の方が受賞されました。  
おめでとうございます。

中海ごず釣り大会&清掃活動を行いました！

10月10日（日）に美保関公民館青少年部・環境福祉部の主催で「中海ごず釣り大会&清掃活動」を行いました。

当日は、秋晴れで絶好の釣り日和でした。親子で協力しながら釣りを楽しみ、昨年に比べてたくさんの釣果がありました。釣りの後は堤防の清掃活動を行い、一生懸命ゴミ拾いをしました。半日ではありましたが美保関の豊かな自然に触れる良い機会となりました。菅浦磯孝友会の皆様にはごず釣り大会の運営にご協力いただきありがとうございました。



駐在所からのお知らせ

指名手配被疑者捜査強化月間

11月中、全国警察の総力を挙げて指名手配被疑者の追跡捜査を行い、これら被疑者の検挙に取り組みます。

指名手配被疑者の発見には、県民の皆様のご協力が必要です。

指名手配被疑者によく似た人を見かけたら、最寄りの警察署または交番・駐在所にお知らせください。

＼ ご協力をお願いします ！



森山駐在所Tel 72-2304 千酌駐在所Tel 75-0352

美保関町内の交通事故発生状況（令和3年1月～9月末現在）人身事故2件 物損事故71件

# 美保関公民館 令和3年11月行事予定

日	曜	行事等	日	曜	行事等
1	月	コール朝陽 からだ元気塾 こども教室 あいさつ運動 移動図書	16	火	レインボークラブ 美保関地区社協表彰式 いっぴくカフェ 行政相談 包丁研ぎ
2	火	レインボークラブ	17	水	
3	水	文化の日	18	木	民生児童委員協議会第3ブロック研修会
4	木	郵便局	19	金	
5	金		20	土	
6	土		21	日	
7	日		22	月	コール朝陽 からだ元気塾 こども教室 断酒会
8	月	コール朝陽 からだ元気塾	23	火	勤労感謝の日
9	火	松江森林組合	24	水	
10	水	美保関はつらつシニア学級町外研修	25	木	
11	木	元気あっぷ講座「食生活」 絵てがみサークル	26	金	
12	金	ジュニアリーダー研修打合せ会 健康出前講座(美保関) 反射材着用調査	27	土	松江市総合計画に関するタウンミーティング
13	土		28	日	美保関町自治連合会研修会
14	日		29	月	コール朝陽 からだ元気塾 こども教室
15	月	コール朝陽 からだ元気塾 こども教室 移動図書	30	火	もしもの時に役立つ「終活支援ノート」活用講座

## いっぴくカフェのご案内

日時 11月16日(火) 10:00~13:00

場所 美保関公民館

内容 コーヒー・紅茶・抹茶(お菓子付き)

☆行政相談を図書室で行います。

(10:00~11:30)

☆包丁研ぎは2階調理室で行います。

※原則家庭用包丁のみ

☆保健師さんによる健康相談を行います。

(10:00~11:30)

☆みほのせき花咲きの会・千酌をくう会・  
千酌みそ加工による地元産の野菜やみそ  
などを販売します。

## 地域で広げようあいさつの輪

11月のあいさつ運動は11月1日(月)です。

家庭・地域・学校で元気なあいさつを交わしましょう。

## 11月の移動図書館車巡回日

日時 11月1日(月) 15:00~15:30

11月15日(月) 15:00~15:50

場所 美保関公民館

## 社会福祉協議会への寄付の御礼

下記の皆様からご寄付をいただきました。

ありがとうございます。

謹んで故人のご冥福をお祈りいたします。

濱岡 宏行 様(菅浦) 井川 剛 様(菅浦)

都田 俊介 様(片江) 寺本 陽 様(片江)

(令和3年8月21日~令和3年9月29日受付分)

美保関地区社会福祉協議会

美保関町の人口と世帯数

2021年9月末現在

人口 4,692人 世帯数 2,110世帯

(前月比-7) (前月比-1)

## みほのせき句会

老の歩や末社百段蟬しぐれ  
小さき鉢桔梗の青と空の青  
無精髭の主顔出す秋簾  
めだか孵化させる老いの日課とす

和代 抽彩 豊穂 文子